

## “ 麺の話 ” (第1話)

最近ある料理コンテストのテレビ番組で盛岡冷麺が讃岐うどんに大勝したという話を聞きました。これで盛岡冷麺の知名度もさらにアップしたのではないかと思います。

岩手には冷麺の他にもじゃじゃ麺とか、わんこそばとか様々な麺がありよく話題となります。そこで、これから3回にわたって麺についてのあれこれを紹介してみたいと思います。

### 【麺の機能】

皆さんは食品の3つの機能というのをご存じでしょうか？

1つは最も基本的な「栄養機能」です。つまり、タンパク質、脂肪、炭水化物など体を構成する成分やエネルギーとなる成分が持つ機能です。

2つめは「おいしさ」です。これは栄養とは関係ないのですが、人間の文化や精神的なものに関わる重要な側面です。

3つめの機能が「生体調節機能」と呼ばれ、アレルギー抑制、老化防止、成人病予防などの機能が注目され、最近よく話題になります。

この3つの観点から麺を見てみると、麺の原料となる中力小麦粉の成分は水分14%、タンパク質9%、脂質1.8%、炭水化物74.8%、となっており、どちらかというと、麺は炭水化物の供給源、すなわち自動車であればガソリンに相当する食品ということが出来ます。

それでは「おいしさ」という点ではどうでしょうか？麺のおいしさはよくシコシコとかツルツルとかいう食感で表現されます。麺の味もあるにはあるのですが、麺の場合には食感が最も重要と

いわれています。

「生体調節機能」という点では、原料となる小麦粉そのものにはあまり期待できませんが、麺の製法はシンプルのために、様々な機能性を持った食品素材を練り込んで、機能性を付与するという方法はよく用いられています。

うどん、ラーメン、そうめんなどという現代の麺の多様性はこれら3つの機能のうち2次機能すなわち「おいしさ」を求めることから生まれてきたものだと考えられます。「おいしさ」というのは生物学的に生きるということとは直接関係ないのですが、生活に豊かさを与える重要な機能です。

### 【おいしさの素】

ではこの麺類の多様性や「おいしさ」をもたらす秘密はどこにあるのでしょうか。

小麦粉に水を加えてミキシングするとグルテン( 麸質 )が形成されます。このグルテンはデンプン粒子を抱き込んで弾力性のある生地を形成します。

つまりグルテンは小麦粉を麺状に加工する際に無くてはならないものです。

製麺する際にはこのグルテンをいかにして形成するかが麺の品質に重要であるといわれています。グルテンを形成するには水分が多い方が良いといわれており、手打ち麺では加水量が小麦粉に対して50～55%と多くできるために、35～40%と加水量の少ない機械製麺より「おいしさ」を引き出すことができていわれています。

また、「おいしさ」に影響するのはデンプンの性質も重要だといわれています。しかし、デンプンは品種や栽培条

件などによりその性質が決まってしまう加工方法によってカバーすることはできません。

その他、食塩や中華麺の場合にはかんすいの量や種類などもおいしさに影響を与えます。

麺の製法もおいしさに影響しますが、大きく分けて圧延法、撚延法、押し出し法の3つに分けられます。

### 【麺の製法】

圧延法はうどん、そば、中華麺などごくなじみの麺類製造に使用される方法であり、生地をロールで圧延して成形する方法です。通常の手打ち麺もこの分類に入ります。この方法は最も一般的な製法で、大規模な製造に向いています。

撚延法は岡山県や奈良などで有名な手延べそうめんや秋田の稲庭うどんの製法であり、生地を時間をかけて撚りをかけながら引き延ばして行く製法です。手延べそうめんや稲庭うどんのファンであれば分かると思いますが、同じ小麦粉を使っても、この方法で麺を作ると、麺が非常になめらかで、しっかりしており、茹で溶けの少ない麺が出来ます。しかし、この方法により製造した麺は圧延法に比べて、手間暇がかかっているために、かなり高価なものとなります。

押し出し法はスパゲッティやハルサメ、ビーフン、冷麺などの製造に用いられる製法であり、小さな穴から生地を押し出して麺線を成型する方法です。この方法は、必ずしも小麦粉のグルテンを必要としない製法です。

お問合わせ先

岩手県工業技術センター 企画デザイン部  
TEL 019-635-1115 FAX 019-635-0311  
URL <http://www.pref.iwate.jp/kiri/>  
E-mail CD0002@pref.iwate.jp